

# 覚書-4 参加者心得

新ハイキングクラブ横浜支部

この心得はリーダーが山行参加者に山行出発前に連絡する際の共通認識事項としての資料としてご利用下さい。

## 1. 事前の準備

- ①山行当日は集合時間の5分位前に来て下さい。
- ②集合場所への交通手段はご自分で調べて下さい。
- ③途中から車内で合流する際は事前にご連絡下さい。
- ④緊急不参加時はできるだけ前日夕方迄にリーダー宛連絡してください。
- ⑤出発時前に参加者の体調をチェックする。
- ⑥救済者費用と賠償責任の付いた個人保険に加入してなければ山行に参加できません。

## 2. 山行中の注意

- ①全行程中リーダーからの指示・注意事項を守ってください。
  - ②リーダーであるトップとラストの間を歩くことを厳守してください。
  - ③靴ひもがほどけたり、体調が悪くなった場合などで列から離れるときは必ずリーダーに申し出て指示に従ってください。
- トイレ利用時は必ずリーダーに断ってください。
  - 休憩時は出発1分前には支度を終わらせてください。
  - 休憩後の出発時は必ず身の回りを見て、ゴミの処理・忘れ物のチェックをしてください。  
山行中のゴミは必ず自宅まで持ち帰りましょう。
  - 急なアップダウンの時は枯木、小さな木、草につかまるのは大変危険です。  
さけてください。
  - 岩場では3点確保を守ってください。

## 3. 山行終了時

- ①リーダーから解散の挨拶があるまでは勝手に帰らないでください。  
人員、事故等の確認、その他の連絡事項があります。
- ②里山・街中のハイキング等で万一途中グループから離れた場合は、帰宅後直ちにリーダー宅へ連絡してください

## 4. 終わりに

新ハイキングクラブ横浜支部は55年の歴史のあるハイキングクラブで、リーダーは全てボランティアで活躍しています。

この人たちの指示のもと、楽しいハイキングで明日からの活力を盛り上げてください。

(平成25年3月31日 修正)